बीएएनई 141

विज्ञान स्नातक(ऑनर्स)

मानवविज्ञान

(बीएएनसी)

सत्रीय कार्य

जनवरी 2022

बीएएनई 141 : शरीर क्रियात्मक मानवविज्ञान

मानवविज्ञान संकाय
सामाजिक विज्ञान विद्यापीठ
इन्दिरा गाँधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय मैदानगढ़ी, नई दिल्ली–110068

प्रिय छात्र,

जैसा कि हमने आपको कार्यक्रम संदर्शिका में सूचित किया है, इग्नू में मूल्यांकन दो भागों में होता हैः i) सत्रीय कार्य द्वारा सतत मूल्यांकन, और ii) सत्रांत परीक्षा। अंतिम परीक्षा परिणाम में, सभी सत्रीय कार्यों के लिए 30 प्रतिशत अंक निर्धारित है, जबकि सत्रांत परीक्षा के लिए 70 प्रतिशत अंक।

आपको 6 क्रेडिट के पाठ्यक्रम के लिए 3 **अनुशिक्षक चिंहित सत्रीय** कार्य **(टी.एम.ए.)** करने होंगे, और 4 क्रेडिट के पाठ्यक्रम के लिए 2 सत्रीय कार्य करने होंगे। इस सत्रीय कार्य की पुस्तिका में **बीएएनई 141 : शरीर क्रियात्मक मानवविज्ञान** नामक ऐच्छिक पाठ्यक्रम के सत्रीय कार्य (असाइनमेंट) सम्मिलित है जो 6 क्रेडिट का पाठ्यक्रम है। इस पुस्तिका में 3 सत्रीय कार्य हैं जिनके कुल 100 अंक हैं, तथा मूल्यांकन में 30 प्रतिशत अधिभार है।

सत्रीय कार्य- I में वर्णनात्मक श्रेणी के प्रश्न हैं आपको इन प्रश्नों के उत्तर निबंध के समान, प्रस्तावना एवं निष्कर्ष के साथ लिखने होंगे। इनका प्रयोजन विषय से संबंधित आपकी समझ/जानकारी को व्यवस्थित, संगत तथा सुस्पष्ट तरीके से वर्णन करने की योग्यता को जांचना है।

सत्रीय कार्य-II में मध्य श्रेणी के प्रश्न हैं। इन प्रश्नों के उत्तर के लिए आपको सर्वप्रथम तर्क और स्पष्टीकरण के संदर्भ में विषय का विश्लेषण करना होगा, जिसके उपरान्त प्रश्नों के उत्तर संक्षिप्त तरीके से लिखने होंगे। ये प्रश्न विषय से संबंधित अवधारणाओं व प्रक्रियाओं को स्पष्ट रूप से समझने की क्षमता का परीक्षण करने के लिए हैं।

सत्रीय कार्य-III में प्रयोगिकी / परियोजना मैनुअल पर आधारित प्रश्न हैं। इन प्रश्नों से आपको यह समझने में मदद मिलेगी कि किसी परियोजना (प्रोजेक्ट)सिनोप्सिस का निर्माण कैसे करें और फील्ड परिस्थितियों में अपने ज्ञान, उपकरणों(टूल)व तकनीकों का प्रयोग परीक्षण को कैसे लागू करें।

सत्रीय कार्य करने से पहले, कार्यक्रम संदर्शिका में दिये गये निर्देशों को ध्यानपूर्वक पढ़ें। यह अनिवार्य है कि आप सत्रीय कार्य के सभी प्रश्नों के उत्तर अपने शब्दों में लिखें। आपका उत्तर

किसी विशेष श्रेणी के लिए निर्धारित शब्द–सीमा की अनुमानित सीमा के भीतर होना चाहिए। याद रखिये कि इन सत्रीय प्रश्नों के उत्तर लिखने से आपके लेखन; कौशल में सुधार होगा; तथा आप सत्रांत परीक्षा के लिए तैयार हो जाएंगे।

जैसा कि कार्यक्रम संदर्शिका में उल्लेख किया गया है आप सत्रांत परीक्षा में उपस्थित होने के योग्य होने के लिए सारे सत्रीय कार्य निर्धारित समय सीमा के अंतर्गत जमा करने होंगें।

पूर्ण किये गये असाइमेंट (सत्रीय कार्य) को जमा करना:

सत्र	जमा करने की अंतिम तिथि	जमा करने का स्थान
जनवरी 2020	**30 अप्रैल 2022**	**अपने अध्ययन केंद्र के समन्वयक को**

जमा कराये गये सत्रीय कार्यों की अध्ययन केन्द्र से रसीद अवश्य प्राप्त करें और इसे सुरक्षित रखें। यदि संभव हो तो, असाइनमेंट की एक जेरोक्स (फोटोकॉपी) अपने पास रखें।

मूल्यांकन के पश्चात, अध्ययन केन्द्र सत्रीय कार्यों को आपको लौटा देगा। कृपया इस पर विशेष ध्यान दें। मूल्यांकन के पश्चात, अध्ययन केन्द्र को सत्रीय कार्य के अंक विद्यार्थी मूल्यांकन प्रभाग, इंदिरा गाँधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय, मैदान गढ़ी, नई दिल्ली को भेजने होते हैं।

हम आशा करते हैं कि आप सत्रीय कार्य मे ंदिए गए निर्देशों के अनुसार प्रत्येक श्रेणी के प्रत्येक प्रश्न का उत्तर लिखेंगे। सत्रीय कार्यों के उत्तर लिखते समय निम्नलिखित बातों को ध्यान में रखें:

1) योजना : सत्रीय कार्य को ध्यान से पढ़िए। सत्रीय कार्य के प्रश्न जिन इकाइयों पर आधारित हैं, उन्हें ध्यान से पढिए। प्रत्येक प्रश्न का उत्तर लिखने के लिए उसके बारे में

महत्वपूर्ण तथ्य नोट कर लें, और फिर उन्हें तार्किक क्रम में व्यवस्थित कर लें।

2) संगठन : अपने उत्तर की कच्ची रूपरेखा बनाने से पहले कुछ बेहतर तथ्यों का चुनाव और विष्लेषण कीजिए। उत्तर की प्रस्तावना और निष्कर्ष पर विषेष ध्यान दें।

उत्तर लिखने से पूर्व यह सुनिषचित कर लें कि :

क) आपका उत्तर तर्कसंगत और सुसंगत है;

ख) वाक्यों और अनुच्छेदों में स्पष्ट संबंध है; तथा

ग) उत्तर आपके भाव, शैली और प्रस्तुति के आधार पर सही है।

3) प्रस्तुतिकरण : जब आप अपने उत्तर से संतुष्ट हो जाएँ तो जमा कराने के लिए सत्रीय कार्यों के प्रश्नों के उत्तर की स्वच्छ प्रति तैयार करें। **उत्तर साफ–साफ और अपनी हस्तलिपि में लिखना अनिवार्य है।** जिन बिंदुओं पर आप जोर देना चाहते हो, उन्हें रेखांकित कर दें। यह अवष्य सुनिष्चित कर लें कि आपका उत्तर निर्धारित शब्द–सीमा के भीतर ही होना चाहिए।

शुभकामनाओं के साथ

मानवविज्ञान संकाय

सामाजिक विज्ञान विद्यापीठ,

इन्दिरा गाँधी राष्ट्रीय मुक्त विश्वविद्यालय, नई दिल्ली

BANE 141 : शरीर क्रियात्मक मानवविज्ञान

ट्यूटर मार्क एसाइनमेंट(TMA)

कोर्स कोड: बीएएनई 143

असाइनमेंट कोड: BANE 141/ASST/TMA/2021-2022

कुल अंक: 100

सत्रीय कार्य में तीन अनुभाग हैं। आपको सभी अनुभागों में सभी प्रश्नों के उत्तर देने होंगे।

सत्रीय कार्य – I

निम्नलिखित में से किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर लगभग 500 शब्दों में दीजिए। 20x2 = 40

क) समस्थापन(होमोस्टैसिस) विनियमन पर चर्चा करें।

ख) शारीरिक फिटनेस से आप क्या समझते हैं? चर्चा करें ।

ग) व्यायाम के कारण तीव्र शारीरिक समायोजन से आप क्या समझते हैं?

घ) प्रदर्शन के साथ शरीर की काया और संरचना के बीच संबंध को संक्षेप में समझाएं।

सत्रीय कार्य – II

किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर लगभग 250 शब्दों में दीजिए। 10 x 2 = 20

अ) निम्नलिखित पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखिए

I. फुफ्फुसीय वातायन(पल्मोनरी वेंटिलेशन)की सीमाएं
II. हृदय (कार्डिक) चक्र
III. उम्र के आधार पर शारीरिक विशेषताओं पर दीर्घकालिक व्यायाम

निम्नलिखित में से किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर लगभग 150 शब्दों में दीजिए। 5 x 2 = 10

I. व्यायाम, स्वास्थ्य और बुढ़ापा
II. व्यवसाय और शारीरिक प्रदर्शन
III. कार्डियो–सेस्पिरेटरी फ़िटनेस
IV. फेफड़ों के कार्यों को प्रभावित करने वाले कारक

सत्रीय कार्य – III

निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर लगभग 250 शब्दों में दीजिए। **10 x 3**

I. संक्षिप्त श्वसन क्रियाओं की चर्चा कीजिए।
II. स्टेप टेस्ट करने के चरण क्या हैं?
III. बताएं कि आप रक्तचाप को कैसे मापेंगे ।